

engagement

Zeitschrift für Erziehung und Schule

Lehrergesundheit

Heft 2/2013

Psychische Belastungen am Arbeitsplatz

Ergebnisse einer Befragung aller Lehrerinnen und Lehrer an öffentlichen Schulen in Baden-Württemberg mit dem COPSOQ-Fragebogen

HANS-JOACHIM LINCKE/MARTIN VOMSTEIN/
ARIANE HAUG/MATTHIAS NÜBLING

Abstract

Die psychische Gesundheit von Lehrkräften ist ein Thema, das bereits seit vielen Jahren hohe Aufmerksamkeit erfährt. Mit dem im folgenden Beitrag vorgestellten COPSOQ-Verfahren wird eine Beurteilung von Belastungen und Beanspruchungen bei Lehrerinnen und Lehrern über den Vergleich mit externen Referenzwerten vorgenommen.

Der Beitrag stellt das Verfahren und auszugsweise Ergebnisse einer Befragung an allen öffentlichen Schulen in Baden-Württemberg vor. Mit über 50.000 befragten Lehrerinnen und Lehrern stellt die Erhebung eine der größten Erhebungen weltweit dar und birgt eine Fülle von Analysemöglichkeiten, die in anderen Erhebungen aufgrund geringer Fallzahlen nicht möglich wären.

Psychosoziale Belastungen bei der Arbeit: Zur Situation von Lehrkräften

Die Arbeitswelt in den westlichen Industrienationen ist in den letzten Jahrzehnten generell von dramatischen Veränderungen geprägt – das gilt nicht nur für Lehrerinnen und Lehrer. Von Beschäftigten werden in wachsendem Maße Flexibilität, Belastbarkeit und soziale Kompetenzen als Schlüsselqualifikationen eingefordert. Die steigenden psychosozialen Belastungen führen zu einer Zunahme entsprechender Belastungsfolgen, so dass sich die Zahl der Arbeitsunfähigkeitsschreibungen aufgrund psychischer Erkrankungen seit dem Jahr 2000 um über 50%

erhöht hat, wie der Fehlzeitenreport am Beispiel der Daten der AOK belegt (Badura et al. 2012).

Gerade psychisch bedingte Erkrankungen haben überdurchschnittlich lange Ausfallzeiten zur Folge: Zum Beispiel fehlen Beschäftigte bei Atemwegserkrankungen im Durchschnitt rund sechs Tage, bei einer psychischen Erkrankung mehr als 20 Tage (Meyer et al. 2012). Vor diesem Hintergrund veranschlagen neuere Statistiken die direkten und indirekten finanziellen Folgekosten psychischer Belastungen in den Größenordnungen ganzer Diagnosegruppen körperlicher Arbeitsbelastungen. Es summieren sich Lohnfortzahlungen, Krankengeldzahlungen, Behandlungskosten, Rehabilitationskosten, ggf. Beratungen und Pensionierungen zusammen

mit den volks- und betriebswirtschaftlichen Einbußen zu Milliardenbeträgen. Angesichts des demographischen Wandels ist auch bei konservativen Schätzungen zusätzlich von steigenden Kosten auszugehen (Böhm/Cordes 2009).

Lehrerinnen und Lehrer werden in der Öffentlichkeit häufig bemitleidet, weil ihr Beruf per se hohe Belastungspotenziale aufweist – sie gelten dann als von den schulischen und gesellschaftlichen Zuständen überfordert. Allerdings werden sie auch um „positive Belastungen“ (Entlastungen, Ressourcen) wie die relative Sicherheit ihres Arbeitsplatzes und Freiheiten bei der Einteilung ihrer Arbeitszeiten beneidet (Schultz 2010). Die Lehrerinnen und Lehrer selbst erleben sich ebenso häufig einerseits den Anforderungen ihres Berufs kaum gewachsen oder andererseits als Menschen, die in ihrem Beruf tiefe persönliche Erfüllung finden (vgl. Ulbricht 2013; vgl. Vodafone-Stiftung 2012).

Die psychischen Faktoren bei der Arbeit und die damit verbundenen gesundheitlichen Risiken für Lehrerinnen und Lehrer sind Gegenstand einer wachsenden Zahl arbeitswissenschaftlicher Untersuchungen. In einer repräsentativen Studie mit mehr als 30.000 Beschäftigten haben Hasselhorn und Nübling die psychischen Gesundheitsrisiken für 67 Berufe analysiert. Dabei sind sie zu dem Ergebnis gekommen, dass Lehrerinnen und Lehrer in Deutschland das höchste – selbstberichtete – Risiko tragen, berufsbedingt unter einer schlechten psychischen Verfassung zu leiden (vgl. Nübling/Hasselhorn 2004, 568; vgl. Nübling/Hasselhorn 2010).

In der „Potsdamer Lehrerstudie“ haben Schaarschmidt und Kieschke gezeigt, dass das Niveau der psychischen Belastungen des Lehrerberufs auch das von Berufen mit ähnlichen psychosozialen Anforderungen übersteigt. Die Analyse Arbeitsbezogener Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM) an einer Stichprobe von knapp 7.700 Lehrerinnen und Lehrern ergab außerdem, dass nur rund 17% der Befragten Verhaltensmustern folgen, die für die Bewältigung der Belastungsfolgen von Vorteil sind, während fast 60% ihre Gesundheit gefährdende Muster aufwiesen (vgl. Nübling/Hasselhorn 2007).

Die psychische Gesundheit von Lehrerinnen und Lehrern wird sowohl von persönlichen

Eigenschaften und Verhaltensweisen als auch von den organisatorischen Bedingungen beeinflusst. Als schwierige Arbeitsbedingungen gelten z. B. verbale Übergriffe, ein undiszipliniertes Verhalten von Schülerinnen und Schülern, große Klassen, eine hohe Quantität der Arbeit, laufende Veränderungen im Bildungssystem, fehlende Unterstützung durch die Schulleitung, die Kolleginnen und Kollegen und die Eltern (vgl. Schaarschmidt/Kieschke 2007; vgl. Montgomery/Rupp 2005).

Es ist bekannt, dass sich die geschilderten Belastungen negativ auf die Gesundheit der Lehrkräfte auswirken können. Die relativ hohe Zahl der vorzeitig aus dem Dienst ausscheidenden Lehrerinnen und Lehrer stellt einen Beleg für diesen Zusammenhang dar und weist auf die volkswirtschaftlichen Kosten der Belastungsfolgen hin. Zwar sinkt die Zahl der krankheitsbedingten Frühpensionierungen seit einigen Jahren, aber diese Entwicklung wird eher auf die Einführung von Pensionsabschlägen als auf die Verbesserung der gesundheitlichen Gesamtsituation zurückgeführt (vgl. Heyse 2004).

In der Umkehrung belegen empirische Studien, dass die verbesserte Bewältigung belastender Situationen die gesundheitliche Verfassung der Lehrkräfte verbessert (vgl. Zimmermann et al. 2012). Die salutogene, d. h. von der Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung ausgehende Sichtweise, geht von einer Vielzahl unterschiedlicher Haltungen, Situationsmerkmale und Verhaltensweisen aus, die arbeitsplatzbedingte Belastungsfolgen entweder verstärken oder abschwächen. Die Beschäftigten werden als Individuen begriffen, die sich aktiv gestaltend mit den Anforderungen ihres Berufs auseinandersetzen und dabei über Ressourcen wie persönliche Einsatzbereitschaft, soziale Unterstützung, Optimismus, die Fähigkeit zu emotionaler Nähe bzw. Distanzierung und einem Kohärenzgefühl verfügen können (vgl. Antonovsky 1997).

Messung von Belastungen und Beanspruchungen mit COPSOQ

Die gesetzlich vorgeschriebene betriebliche Gefährdungsbeurteilung bzw. Messung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz gilt an-

gesichts der Unbestimmtheit des Begriffs und der Weite des Bezugsfelds als kompliziertes Unterfangen. In der Vergangenheit war die Messung psychischer Belastungen häufig an einem Mangel geeigneter Instrumente gescheitert. Mit der Entwicklung des Copenhagen psychosocial Questionnaire (COPSOQ) liegt nun ein Messinstrument vor, das gängige theoretische Modelle und bereits vorhandene wissenschaftliche Messinstrumente zu einzelnen Belastungsaspekten integriert. Der COPSOQ wurde unter Leitung der Freiburger Forschungsstelle Arbeits- und Sozialmedizin (ffas) auf der Grundlage des dänischen und englischen Originals erfolgreich nach Deutschland übertragen und gemäß Qualitätsstandards der ISO 10075-3 umfassend geprüft. Im Auftrag der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin wurde der COPSOQ 2003–2005 an einer großen Stichprobe (N=2.500) aus unterschiedlichen Berufsgruppen in Deutschland erprobt. Die detaillierte Analyse der Messqualitäten des COPSOQ (Validität, Reliabilität, Generalisierbarkeit usw.) ergab eine gute Tauglichkeit als Screening-Instrument (vgl. Nübling et al. 2005).

In der deutschen Standardversion enthält der Fragebogen insgesamt 87 Items (Fragen), denen im Kern das verbreitete arbeitswissenschaftliche Modell einer Ursache-Wirkungs-Beziehung zwischen der Arbeitssituation und dem Zustand des arbeitenden Menschen zugrunde liegt (vgl. Rohmert 1984). Die Termini ‚Belastungen‘ für die Arbeitssituation und ‚Beanspruchungen‘ für die Reaktion der Beschäftigten sind in der Arbeitswissenschaft im Gegensatz zum alltäglichen Sprachgebrauch neutrale Begriffe, d. h. sie beinhalten sowohl positive als auch negative Faktoren.

Für die meisten Fragen des COPSOQ ist eine 5-stufige Antwortskala vorgegeben (Likert-Skala), wobei die erste Kategorie den Maximalwert (immer, in sehr hohem Maß, stimme voll zu, etc.) die letzte den Minimalwert (nie, in sehr geringem Maß, stimme nicht zu, etc.) markiert. Diesen Kategorien werden Punktwerte zugeordnet (max=100, min=0). Da in der Regel mehrere Einzelfragen zusammen gehören und eine Skala bilden, kann aus dem Durchschnitt der Einzelfragen ein Skalenmittelwert berechnet werden. Der Skalenwert eignet sich beson-

ders zur Gewinnung eines ersten Überblicks und zum anschließenden Vergleich von Belastungen und Beanspruchungen.

Im Unterschied zu berufsspezifischen Befragungen sieht COPSOQ die Verwendung des Fragebogens für alle Berufsgruppen vor. Seit 2005 werden die Befragungsdaten aus verschiedenen Studien der ffas zentral in einer Datenbank gesammelt, so dass nach entsprechender Gewichtung die Voraussetzungen für repräsentative Vergleiche mit der Gesamtheit aller Berufe in Deutschland und Vergleiche zu berufsgruppenspezifischen Belastungsprofilen im Sinne eines externen Benchmarkings gegeben sind. Es ist ein Alleinstellungsmerkmal von COPSOQ, hier über eine Referenzdatenbank zu verfügen, die inzwischen auf über 100.000 Befragte angewachsen ist.

Die Vergleichbarkeit der Messwerte ist zugleich mehr als eine schöne Zutat. Da im Bereich der psychosozialen Belastungen keine verbindlichen Grenzwerte und Cut-offs existieren, bilden Vergleiche die Voraussetzung jeder sinnvollen Interpretation der Messung. Nur der Vergleich lässt angesichts fehlender absoluter Maßstäbe eine Bewertung zu: ein Wert ist nicht per se gut oder schlecht, sondern weil er höher oder niedriger als der Wert einer Vergleichsgruppe ist.

In einigen Berufsgruppen ist es allerdings sinnvoll, neben den für alle Berufe identischen COPSOQ-Skalen zusätzliche Fragen aufzunehmen, die sehr spezifische Belastungen betreffen. Für die Befragung von Lehrkräften wird der Fragebogen ‚COPSOQ-Lehrkräfte‘ eingesetzt, der eine Kombination aus einem für alle Berufe gleichen, allgemeinen Teil und einem spezifischen Teil für Lehrkräfte darstellt. Der 2006 entwickelte und geprüfte Fragebogen für Lehrkräfte wurde mittlerweile an allen Schulen in Baden-Württemberg (rd. 4.200 Schulen und 110.000 Lehrkräfte), in Bremen (rd. 150 Schulen und 6.000 Lehrkräfte) und in einer europaweiten Erhebung (rd. 500 Schulen in 30 Ländern und 21 Sprachen) eingesetzt (Nübling et al. 2008). Die Ergebnisse dieser Studien können jeweils unter www.copsoq.de im Internet abgerufen werden. Aktuell läuft eine Studie an den rund 1.600 öffentlichen Schulen des Landes Nordrhein-Westfalen.

Umfassende Untersuchung an allen öffentlichen Schulen in Baden-Württemberg

Die berufsspezifischen Inhalte des in Baden-Württemberg eingesetzten Bogens betreffen die folgenden neun Aspekte: gemeinsame pädagogische Vorstellungen, Störungen im Unterricht, Lärm, Erholungsmöglichkeiten, Zusammenarbeit mit Eltern/Betrieben, Konflikte mit Eltern/Betrieben, Ausstattung der Schule, Qualität der Konferenzen und fachliche Unterstützung. Diese Aspekte wurden zum Großteil dem FASS – Fragebogen zur Arbeitssituation an Schulen entnommen (vgl. Kaempf / Krause 2004).

Skaleninhalt	Subskalen
Anforderungen (Belastungen)	Quantitative Anforderungen
	Emotionale Anforderungen
	Anforderung, Gefühle zu verbergen
	Work-privacy-conflict
Einfluss- und Entwicklungsmöglichkeiten (Belastungen)	Einfluss bei der Arbeit
	Entwicklungsmöglichkeit
	Bedeutung der Arbeit
	Verbundenheit mit Arbeitsplatz
Soziale Beziehungen und Führung (Belastungen)	Vorhersehbarkeit der Arbeit
	Rollenklarheit
	Rollenkonflikte
	Führungsqualität
	Soziale Unterstützung
	Feedback
	Soziale Beziehungen
	Gemeinschaftsgefühl
Mobbing-Indikator	
Schulspezifika (Belastungen)	Gemeinsame pädagogische Vorstellungen
	Störungen Unterricht
	Lärm- und Stimmbelastung
	Erholungsmöglichkeiten
	Zusammenarbeit mit Eltern/Betrieben
	Konflikte mit Eltern/Betrieben
	Ausstattung
	Konferenzen
	Fachliche Unterstützung

Beanspruchungen (Belastungsfolgen)	Gedanke an die Berufsaufgabe
	Arbeitszufriedenheit
	Allgemeiner Gesundheitszustand
	Burnout-Symptome
	Kognitiver Stress
	Lebenszufriedenheit

Tab. 1: Inhalte des Fragebogens „COPSOQ-Lehrkräfte“ für Baden-Württemberg

Diese Version des Fragebogens wurde in Baden-Württemberg von 2008–2010 in acht Tranchen an allen 4.148 öffentlichen Schulen mit ihren 107.666 Lehrerinnen und Lehrern eingesetzt. Die Schulen wurden in Infoveranstaltungen über die Befragung informiert, die Befragung selbst wurde überwiegend online durchgeführt. Direkt nach Ausfüllen des Online-Bogens erhielt jede Lehrkraft ein Direktfeedback auf ihrem Bildschirm, in dem ihre individuellen Werte mit denen von Lehrkräften aus der Referenzdatenbank verglichen wurden.

Nach Beendigung der Erhebungsphase von ca. 3–4 Wochen pro Schule wurden bei der ffas Datenanalysen durchgeführt, individuelle Schulberichte erstellt und diese bereits 1–2 Monate nach Erhebungsende an die Schulen versendet. In jedem Schulbericht wurden die Durchschnittsergebnisse der Lehrkräfte der betreffenden Schule den Durchschnittswerten aller Lehrkräfte der gleichen Schulart sowie den Belastungsprofilen anderer Berufsgruppen aus der COPSOQ-Datenbank gegenübergestellt. Zum Abschluss jeder Tranche wurden alle Schulberichte eines Kreises auf CD für die zuständigen Regierungspräsidien (RP) bzw. Unteren Schulaufsichtsbehörden (USAB) und Personalvertretungen zusammengestellt.

Bei den Vergleichen von Mittelwerten der Studienergebnisse gelten Unterschiede ab 3 Punkten zwischen Vergleichsgruppen als bedeutsam, da sie statistisch in der Regel eine „kleine Effektstärke“ verkörpern. Zur besseren Bewertung der Messgenauigkeit ist zu jedem Skalenwert das 95%-Konfidenzintervall des Mittelwertes in den Graphiken angegeben, d. h. die Spanne, in der mit 95%iger Wahrscheinlichkeit das ‚wahre‘ Ergebnis für den gesamten jeweiligen Personenkreis liegt.

Insgesamt füllten 54.066 Lehrkräfte an 3.791 Schulen den COPSOQ-Fragebogen aus. Dies entspricht einer Beteiligung von rd. 50% der Lehrkräfte und 91% der Schulen. Der erreichte Rücklauf kann bei einer derart groß angelegten Befragung als gutes Ergebnis gelten. Er lässt sich darauf zurückführen, dass sowohl die Arbeitgeberseite als auch die Personalvertretung das Projekt von Anfang an gemeinsam konzipiert haben und während der Erhebungsphase für die Teilnahme geworben haben.

Die größte Gruppe bilden die Lehrkräfte an Grund- und Hauptschulen mit über 11.500 Befragten, gefolgt von den Beruflichen Schulen mit etwa 10.500 Befragten. Die kleinsten Gruppen bilden die Lehrkräfte an den „sonstigen allgemein bildenden Schulen“ mit ca. 450 Befragten und an den Schulkindergärten mit gut 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Die Schulart Werkrealschule gibt es seit Schuljahr 2010/11, also in der Befragung nur für die letzte der acht Tranchen.

Bezogen auf die Schularten wurde die höchste Beteiligung bei denen mit relativ kleinen Lehrkräftegruppen wie Schulkindergärten (59%) und Förderschulen (59%) erreicht. Von den größeren Schularten liegen die Grundschulen mit ebenfalls 59% deutlich über dem Durchschnitt. Die niedrigste Beteiligung gab es mit 42% an den Gymnasien und mit 38% an den „sonstigen allgemeinbildenden Schulen“. Bezogen auf die einzelnen Schulen gab es alle Beteiligungsquoten von 0% (keine Teilnahme) bis zu 100% (Komplettteilnahme).

Die deutliche Mehrheit der Befragten ist weiblich: 64% Frauen und 36% Männer nahmen an der Befragung teil. Ein Fünftel der Lehrkräfte ist unter 35 Jahre alt, weitere 23% sind zwischen 35 und 44 Jahre alt, 26% sind zwischen 45 und 54 Jahre alt und die größte Gruppe von 31% ist 55 Jahre und älter. Der Vergleich mit der amtlichen Statistik ergab die Repräsentativität der Erhebung nach Alter und Geschlecht.

Rund 19% der befragten Lehrkräfte sind seit weniger als 5 Jahren im Beruf, ein großer Anteil von 28% ist 5–14 Jahre im Schuldienst tätig, weitere 16% seit 15–24 Jahren, 26% seit 25–34 Jahren und 11% sogar seit 35 Jahren und mehr. Über die Hälfte ist mit vollem Deputat als Lehrkraft tätig. Rund 14% haben um maximal

ein Viertel reduziert, 24% auf 50%–75% eines vollen Deputats. Nur 2% arbeiten weniger als 50% des vollen Deputats und 3% sind in der Ausbildung.

Vergleich der Lehrerschaft mit allen Berufsgruppen

Die Ableitung des Fragebogens für Lehrkräfte in Baden-Württemberg ermöglicht für 23 Aspekte den Vergleich der Durchschnittswerte der Lehrkräfte mit den Referenzwerten der Befragten aus allen Berufsgruppen aus der COPSOQ-Datenbank. In diesem Beitrag werden ausgewählte Ergebnisse vorgestellt.

Wie die Abbildung zu verschiedenen Anforderungen bei der Arbeit deutlich zeigt, bewerten Lehrkräfte (jeweils linker Balken) z. B. die „Emotionalen Anforderungen“ weit höher als dies alle Berufe zusammen genommen im Durchschnitt tun (jeweils rechter Balken). Die Auffassung, dass Lehrerinnen und Lehrer bei ihrer Arbeit emotional stark gefordert werden, findet sich damit eindrucksvoll belegt. Dagegen muss die weit verbreitete Annahme einer kritischen Prüfung unterzogen werden, dass sich die Belange von Arbeits- und Freizeit angesichts der flexiblen Arbeitseinteilung zu Hause gut miteinander vereinbaren ließen: Die befragten Lehrkräfte erleben ihren Arbeitsalltag in erkennbar größerem Umfang als der Durchschnitt aller Beschäftigten von der schwierigen Vereinbarkeit beruflicher und privater Interessen (Work-Privacy Conflict) geprägt. Bei den „Quantitativen Anforderungen“ und die „Anforderung, Emotionen zu verbergen“ sind hingegen keine wesentlichen Abweichungen zu den Mittelwerten der Angehörigen aller Berufsgruppen in Deutschland festzustellen.

Die Mittelwerte für den „Einfluss bei der Arbeit“ und die „Entwicklungsmöglichkeiten“ fallen strukturell günstiger aus als sie es im Durchschnitt aller Berufsgruppen tun. Wenn auch in geringerem Umfang gilt dasselbe für die „Bedeutung der Arbeit“ und die „Verbundenheit mit dem Arbeitsplatz“. Die Praxis des Lehrerberufs kennt durchaus stärkende, motivierende und deshalb gesundheitlich günstig wirkende Aspekte. Dazu gehören z. B. ebenso

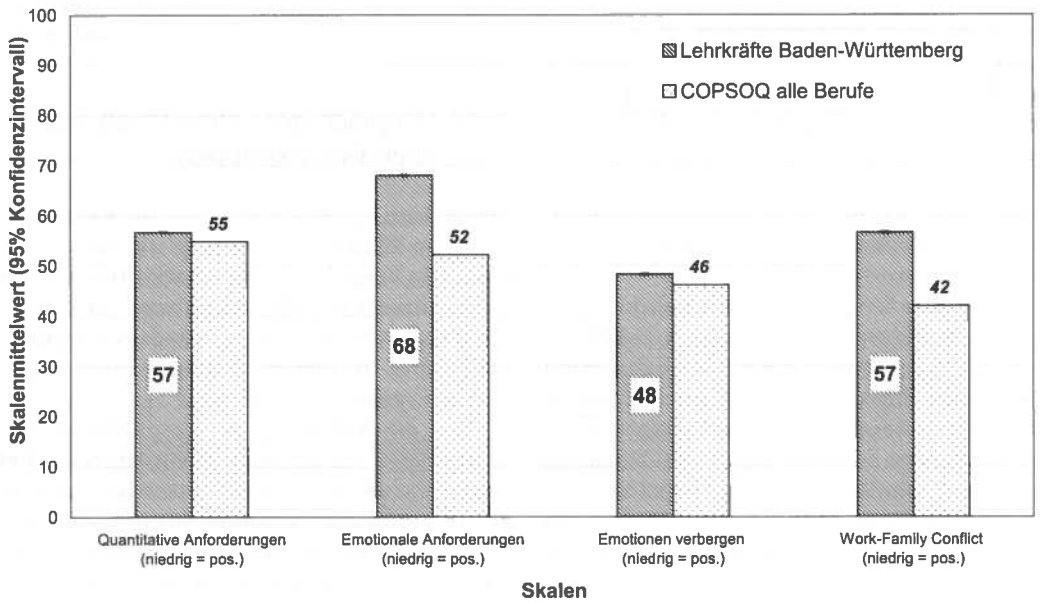


Abb. 1: Anforderungen bei der Arbeit – Lehrkräfte in Baden-Württemberg und alle Berufe im Vergleich

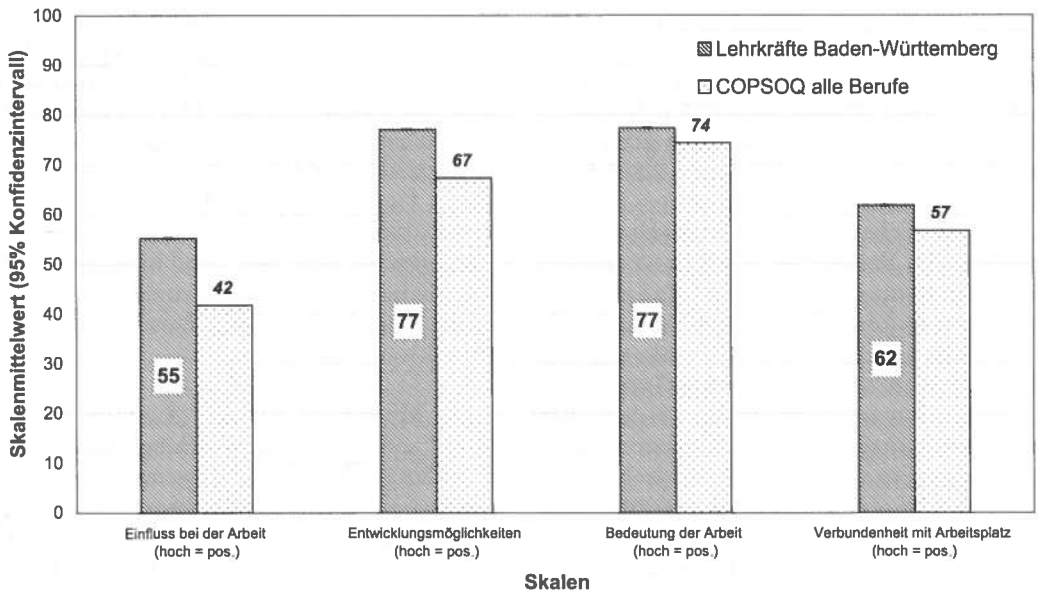


Abb. 2: Einfluss und Entwicklungsmöglichkeiten – Lehrkräfte in Baden-Württemberg und alle Berufe im Vergleich

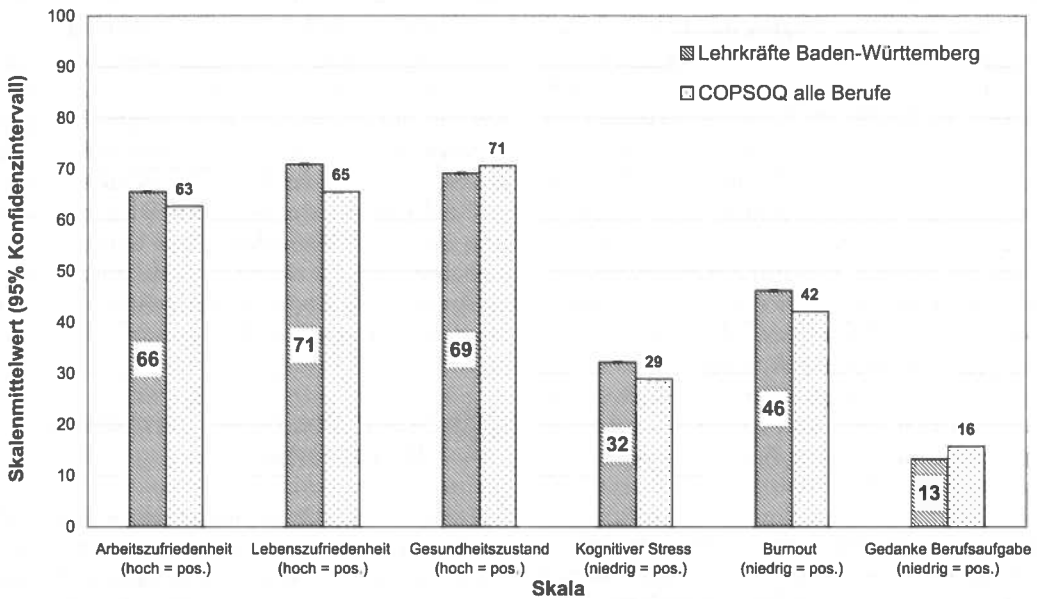


Abb. 3: Beanspruchungsfolgen bzw. Beschwerden – Lehrkräfte in Baden-Württemberg und alle Berufe

die Chance, selbst Initiative zu ergreifen, das erworbene Fachwissen einzusetzen und immer wieder Neues zu lernen wie das Gefühl, eine sinnvolle Tätigkeit auszuüben und der Stolz, sich an einer zentralen Stelle im Bildungssektor einbringen zu können.

Der Blick auf die Beanspruchungen der Lehrkräfte – also die Folgen der Belastungen bzw. Reaktionen der Lehrkräfte auf die Situation am Arbeitsplatz ergibt ein heterogenes aber in sich stimmiges Bild. Im Vergleich zu allen Beschäftigten in Deutschland fallen sowohl die „Arbeitszufriedenheit“ als auch die „Lebenszufriedenheit“ relativ hoch aus, während der eigene „Gesundheitszustand“ in der Selbsteinschätzung eher durchschnittlich bewertet wird. Schließlich sind Belastungsfolgen wie „kognitiver Stress“ und die „Burnout-Symptome“ bei den befragten Lehrerinnen und Lehrern stärker ausgeprägt als bei der Gesamtheit der Beschäftigten in Deutschland. Angesichts dieser berufstypischen Melange bleibt der „Gedanke an die Berufsaufgabe“ (bezogen auf die letzten 12 Monate) relativ selten.

In diesem Zusammenhang spielt die hohe Sicherheit des Arbeitsplatzes eine Rolle. Der in anderen Befragungen bedeutsame Aspekt der Arbeitssituation wurde bei der Erhebung an den Schulen in Baden-Württemberg nicht abgefragt, da der deutlich überwiegende Teil der Lehrerinnen und Lehrer Beamte sind. Es ist allgemein bekannt, dass ein geringes Risiko, seine Arbeit zu verlieren, einen klaren strukturellen Vorteil der psychosozialen Arbeitssituation darstellt. Diese Sicherheit wirkt z. B. günstig im Zusammenspiel von Unsicherheit und Burnout (Badura et al. 2012), so dass der Burnout-Wert der befragten Lehrkräfte ohne sie stärker erhöht sein dürfte.

Ursachen und Wirkungen im Zusammenhang

Im Rahmen der Überprüfung der methodischen Eignung des eingesetzten Fragebogens wurden die Analysen der COPSOQ-Validierungsstudie (vgl. Nübling et al. 2005; vgl. Nübling et al. 2008) repliziert und die Zusatzfragen für Lehrkräfte validiert. Die Ergebnisse haben die

früheren, positiven Befunde zur Eignung des Bogens bestätigt und zeigen, dass sinnvolle statistische Erklärungen dafür möglich sind, wie die Belastungen und Beanspruchungen kausal miteinander zusammenhängen. Dies ist deshalb wichtig, weil nicht alle Belastungsfaktoren der Arbeit in gleicher Weise für die Ausprägung den Reaktionen der Lehrkräfte (Beanspruchungen) relevant sind. Nur in Kenntnis ihrer Relevanz lassen sich aber belastbare Hinweise darauf ableiten, bei welchen Belastungen eine Verbesserung der Arbeitssituation oder die gesundheitliche Prävention besonders ‚lohnenswert‘ wäre. Aus den verschiedenen Analysen mit den insgesamt 26 Belastungsskalen als ‚Prädiktoren‘ der sechs Beanspruchungsskalen wird das Regressionsmodell zu den ‚Burnout-Symptomen‘ vorgestellt.

Rang nach statistischer Relevanz	Prädiktoren (COPSOQ-Belastungsskalen)	Wirkung auf die „Burnout-Symptome“
1	Work-privacy-conflict	Erhöht
2	Lärm- und Stimmbelastung	Erhöht
3	Emotionale Anforderungen	Erhöht
4	Bedeutung der Arbeit	Vermindert
5	Mobbing-Indikator	Erhöht

Tab. 2: Fünf wichtigste Prädiktoren für die Burnout-Symptome

Die Angaben der befragten Lehrerinnen und Lehrer zu den ‚Burnout-Symptomen‘ werden verhältnismäßig stark durch die Belastungen am Arbeitsplatz bestimmt: Die erklärte Varianz eines auf fünf Prädiktoren begrenzten linearen Ursache-Wirkungs-Modells liegt bei fast 50% ($R^2 = 0.48$). Wichtigster Prädiktor ist der ‚Work-privacy-conflict‘, d. h. je schwieriger die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben für eine Lehrkraft ist, umso eher läuft sie Gefahr, Burnout-Symptome zu entwickeln. Darauf folgen die Faktoren ‚Lärm und Stimmbelastung‘, ‚Emotionale Anforderungen‘ und ‚Mobbing‘ als weitere negativ wirksame Faktoren. Dagegen trägt ein günstiger Wert auf der Skala ‚Bedeutung der Arbeit‘ zur Verminderung der Gefahr eines Burnouts bei.

Der Wert dieses allgemeinen Modells liegt nun darin, in absteigender Reihenfolge aufzuzeigen, wo angesetzt werden könnte, wenn die Gefahr eines Burnouts reduziert werden soll. Weist eine Schule im Vergleich zu den anderen Schulen einen überdurchschnittlich hohen Werte auf der Skala ‚Burnout-Symptome‘ auf, kann sie also besonders wirksam etwas tun, indem sie Maßnahmen zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben, zur Senkung der Lärm- und Stimmbelastung oder zum Umgang mit emotionalen Herausforderungen ergreift.

Spezifische Belastungsaspekte des Lehrerberufs

Bei der Skala ‚Lärm- und Stimmbelastung‘ handelt es sich um eine berufsspezifische Skala, die ebenso wie die Skala ‚Störungen im Unterricht‘ nicht in anderen COPSOQ-Befragungen vorkommt. Dementsprechend sind keine Vergleiche zwischen den Belastungswerten der befragten Lehrerinnen und Lehrern und denen der Gesamtheit aller Berufe möglich. Die Skalen ‚Störungen im Unterricht‘ und ‚Lärm und Stimmbelastung‘ gehören jedoch zu den wichtigsten Skalen bei der Vorhersage der Belastungsreaktionen.

In jedem Regressionsmodell ist mindestens eine der beiden Skalen unter den fünf stärksten Einflussfaktoren vertreten. Auf dieser Grundlage kann berechnet werden, wie sich die berufsspezifischen Skalenwerte auf den Gesundheitszustand der Lehrkräfte auswirken. Der (interne) Vergleich der Belastungs- und Beanspruchungsprofile der Befragten bietet die Möglichkeit, konkret zu sagen, wie sich positive Veränderungen auf Seite der Belastungen unmittelbar als Verbesserungen auf der Beanspruchungsseite niederschlagen. Anders ausgedrückt: Es gibt beispielsweise eine signifikante Korrelation zwischen ‚Störungen im Unterricht‘ und ‚Kognitiven Stresssymptomen‘. Bei einer Verbesserung von 10 Punkten auf der Skala ‚Störungen im Unterricht‘ können Lehrerinnen und Lehrer erwarten, mit einer Verbesserung (Reduzierung) ihres Wertes für ‚Kognitiven Stress‘ um rd. 3,5 Punkten ‚belohnt‘ zu werden.

In der europaweiten COPSOQ-Studie zu Lehrkräften 2011 wurden neben diesen Belastungsaspekten auch die Klassengrößen erhoben, um ihren vermuteten Einfluss auf die gesundheitliche Beanspruchung der Lehrerinnen und Lehrer zu prüfen. Die Skalen „Störungen im Unterricht“ und „Lärm und Stimmbelastung“ erwiesen sich gleichwohl als bessere Prädiktoren. Das heißt nicht, dass die Zahl der Schüler einer Klasse keinen Einfluss hat, aber sie beschreibt das Risiko für das Auftreten von Burnout und Stress nicht in so guter Weise. Dies lässt sich auf den Umstand zurückzuführen, dass es durchaus zahlenmäßig kleine aber ausgesprochen laute Klassen gibt, in denen Lehrkräfte stärker über gesundheitliche Probleme klagen als in großen aber leisen Klassen. Zudem können Störungen und Lärm auch Ursachen haben, die außerhalb der bloßen Schülerzahl im baulichen, technischen oder organisatorischen Bereich der Schule liegen.

Der Vergleich zwischen Schularten

Ein wesentliches Ziel der Erhebung war es, die psychosoziale Arbeitssituation von Lehrkräften nach Schularten differenziert zu erfassen. Für viele der 32 gemessenen Belastungs- und Beanspruchungsaspekte wie z.B. die „kognitiven Stresssymptome“ gibt es keine oder nur geringe Unterschiede zwischen den Schularten.

Schulart	Skalen	
	Gemeinsame pädagogische Vorstellungen (hoch = positiv)	
Grundschule	72	62
Grund- u. Hauptschule	60	53
Realschule	54	53
Gymnasium	49	59
Berufliche Schulen	51	55
Skalenmittelwert	57	55

Tab. 3: Gemeinsame päd. Vorstellungen und Unterstützung durch Eltern/ Betriebe nach Schulart

In diesem Beitrag werden beispielhaft die Mittelwerte der beiden berufsspezifischen Skalen

„Gemeinsame pädagogische Vorstellungen“ und „Unterstützung durch Eltern/Betriebe“ nach Schulart dargestellt. Während es in Baden-Württemberg in der Feindifferenzierung insgesamt 26 verschiedene Schularten gibt, konzentriert sich die Darstellung auf die fünf zusammengefassten Schularten mit dem größten Umfang an Lehrpersonal.

Die beste (höchste) Ausprägung haben die „Gemeinsamen pädagogische Vorstellungen“ in den Grundschulen mit 72 Punkten; die niedrigsten Werte werden in den Gymnasien (49 Punkte) und den Berufsschulen (51 Punkte) gemessen. Offensichtlich (und auch verständlicherweise) ist die Einigung auf gemeinsame pädagogische Ziele in kleinen Organisationen mit wenigen Klassenstufen und einer geringen Fächerzahl (Grundschulen) einfacher zu bewerkstelligen als in zahlenmäßig größeren, inhaltlich und altersmäßig stark diversifizierten Schulen (Gymnasien und Berufsschulen). So kann es durchaus sein, dass Lehrkräfte an Sekundärschulen diesen Aspekt auch nicht unter den primären Zielen führen und das Fehlen gemeinsamer pädagogischer Vorstellungen damit weniger als Defizit erleben, wie die Kolleginnen und Kollegen an den Primarschulen und Schulkindergärten.

Relativ große Unterschiede zwischen den Schularten treten auch beim Aspekt „Unterstützung durch Eltern/Betrieb“ auf. Diese wird von den Lehrkräften an Grund- und Hauptschulen am geringsten bewertet (53 Punkte) und von den Lehrkräften an Grundschulen am besten, gefolgt von den Gymnasien (62 Punkte). Offensichtlich unterscheiden sich die Arbeitsbedingungen der Lehrkräfte nach Schulart besonders in Bezug auf diese Faktoren. Man kann darüber spekulieren, ob der Erstkontakt mit dem Bildungssystem in der Grundschule sowie das Engagement traditionell ambitionierter Elternhäuser (späterer Gymnasiasten) in diesem Ergebnis zum Tragen kommen – die Daten sagen hierzu nichts aus.

Handlungsansatz: die einzelne Schule in den Blick nehmen

Aus Sicht des Kultusministeriums als Auftraggeber der Erhebung im Rahmen der Gefähr-

dungsbeurteilung kommt es am Ende darauf an, die Ergebnisse der Untersuchung auf Ebene der Einzelschule nutzbar zu machen, weil Ansatzpunkte zur Gesundheitsförderung jenseits bildungspolitisch zu bearbeitender Strukturfragen dort liegen. Deswegen erhielt jede der rd. 3.800 teilnehmenden Schulen innerhalb von 4–6 Wochen nach der Erhebung einen individuellen Bericht mit den Vergleichswerten zu allen Schulen ihrer Art als Feedback.

Die beispielhafte Darstellung von Spannweiten für die individuellen Werte der Schulen zeigt, dass es wenig erfolgversprechend wäre, alle Schulen mit denselben Verbesserungsmaßnahmen zu ‚beglücken‘. So bewegen sich die Werte – bezogen auf die einzelnen Schulen – jeweils auf einer skalentypisch unterschiedlich großen Spannweite. Abbildung 4 zeigt z. B., dass es Schulen gibt, deren Lehrkräfte sich mit geringeren „quantitativen Anforderungen“ konfrontiert sehen als der Durchschnitt aller Beschäftigten in Deutschland (55 Punkte) und solche, deren Lehrkräfte unter deutlich erhöhten Anforderungen leiden (Spannweite 38–70 Punkte). Bei den „Emotionalen Anforderun-

gen“ markiert der Mittelwert für die Gesamtheit der Beschäftigten gewissermaßen das untere Ende einer Spanne, in der sich die einzelnen Schulen bewegen. Sämtliche Anforderungs- bzw. Belastungs- und Beanspruchungsskalen weisen solche Spannen auf. Hinter dem verallgemeinernden Bild berufstypischer Mittelwerte liegt also die hochgradig differenzierte Landschaft der individuellen schulischen Gefährdungskonstellation. Es gibt eben alles: die ‚Problemschule‘, das ‚fliegende Klassenzimmer‘, die ‚heile Welt‘ usw.

Maßnahmen zur Verbesserung der Lehrgesundheit

Gerade weil die Schulen sehr unterschiedlich sein können was die psychosoziale Arbeitssituation anbetrifft, führt kein Weg an der Durchführung von Maßnahmen auf Ebene der einzelnen Schulen vorbei – anstelle von ‚Windhundverfahren‘ oder ‚Gießkannenprinzip‘. Vonseiten des Kultusministeriums Baden-Württemberg wurden deshalb zuerst alle Schulen selbst zum Handeln ermutigt, zweitens Maßnahmenvor-

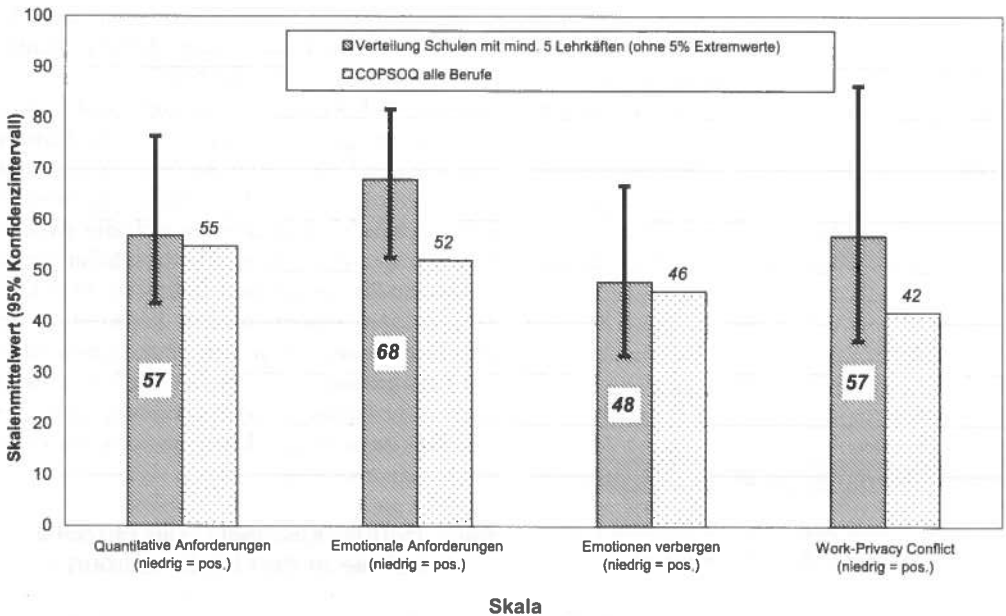


Abb. 4: Spannweite der Werte von Schulen auf ausgewählten Belastungsskalen

schläge bereitgestellt und drittens die Möglichkeit eröffnet, ggf. externe Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Die Vorschläge für die Schulen umfassen beispielsweise mit Blick auf die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben („Work-privacy“) sowohl verhaltensbezogene Verbesserungsmaßnahmen wie die Fortbildung zum Thema „Zeitmanagement“ als auch auf die Arbeitsbedingungen bezogene Maßnahmen wie die flexiblere Planung von Kooperationszeiten, Bereitstellung von Lehrer-Arbeitsplätzen an der Schule und die entsprechende Gestaltung von Stundenplänen. Eine Übersicht über alle empfohlenen Maßnahmen findet sich online unter www.kultusportal-bw.de/servlet/ PB/menu/1187455/index.html.

Für die Entscheidung an einer Schule, welche Maßnahmen gewählt werden sollen und welche Belastungen prioritär behandelt werden sollen, sind aller Erfahrung nach drei Fragen zu klären:

1. Haben die Lehrkräfte/eine Schule bei einem Aspekt eine erhöhte Belastung gegenüber anderen Berufsgruppen bzw. Lehrkräften/Schulen derselben Schulart?

2. Ist der betreffende Belastungsfaktor besonders relevant für die Beanspruchungen bei den Lehrkräften/der Schule (z. B. für die Arbeitszufriedenheit, Burnout-Symptome, allgemeine Gesundheit)?

3. Ist der Aspekt durch eine Interventionsmaßnahme der Verbesserung zugänglich?

Je klarer die drei Fragen mit „ja“ beantwortet werden, desto eher ist mit dem Erfolg einer Verbesserungsmaßnahme zu rechnen.

Zusammenfassende Bewertung und künftige Herausforderungen

Die Untersuchung mit COPSOQ hat inhaltlich vieles bestätigt, was in geringerem Umfang oder in Teilen bereits über den Arbeitsalltag von Lehrerinnen und Lehrern bekannt ist. Eine derart umfassende Gefährdungsbeurteilung mit dem Ziel der Analyse psychosozialer Belastungen und Beanspruchungen von Lehrkräften sowohl auf Ebene der Einzelperson als auch auf Ebene der Schule sowie auf Ebene aller Lehrkräfte, hat allerdings bisher noch nicht stattgefunden. Alle Lehrerinnen und Lehrer an öffentlichen Schu-

len in Baden-Württemberg waren zur Teilnahme an der Befragung aufgefordert, die mit insgesamt über 54.000 befragten Lehrkräften eine der größten Erhebungen weltweit sein dürfte.

Im Vergleich zur Gesamtheit aller Beschäftigten leiden Lehrerinnen und Lehrer nachweislich etwas häufiger unter kognitivem Stress und Symptomen von Burnout. Belastungen durch „Emotionale Anforderungen“ und Vereinbarkeitskonflikte („Work-privacy-conflict“) sind besonders deutlich erhöht und somit lohnenswerte Ansatzpunkte für Maßnahmen der Verbesserung und Prävention. Umgekehrt weist der Lehrerberuf gegenüber anderen Berufen tatsächlich strukturelle Vorteile auf wie den relativ hohen Einfluss bei der Arbeit, gute Entwicklungsmöglichkeiten, eine relativ geringe Unsicherheit des Arbeitsplatzes und eine überdurchschnittlich hohe Verbundenheit mit dem Arbeitsplatz.

Für die angestrebte Verbesserung der Lehrergesundheit liefert die Untersuchung eine belastbare Datenbasis auf verschiedenen Ebenen (einzelne Schule, Gruppen von Schulen, Gruppe von Lehrkräften und alle Lehrkräfte). Das ist wichtig, weil der empirischen Begründung einer Intervention angesichts begrenzter Mittel hohe Relevanz zukommt. Die Ergebnisse bieten konkrete Ansatzpunkte für das Kultusministerium, die Schulbehörden, die Schulleitungen, Personalvertretungen und die fachlich zuständigen Praktiker (Betriebsmediziner, Schulpsychologen usw.). Sie können sowohl an der Reduzierung von Fehlbelastungen arbeiten als auch Faktoren stärken, die zur Bewältigung ungünstiger Arbeitsbedingungen beitragen - das bedeutet, das vielzitierte Paradigma der Salutogenese ernst zu nehmen. Die Wirksamkeit einer Interventionsmaßnahme kann und sollte durch eine spätere Wiederholungsbefragung überprüft werden (Faber et al. 2009).

Zahlreiche neuere Studien deuten darauf hin, wie wichtig die genaue Auseinandersetzung mit beruflichen Belastungsprofilen bereits während der Ausbildung ist, damit später auftretende Belastungen gut bewältigt und negative Folgen vermieden werden. Die erprobten Modelle setzen an unterschiedlichen Stellen an: So wird versucht, die spätere berufliche Eignung von Studentinnen und Studenten durch den Ab-

gleich zwischen Persönlichkeitsmerkmalen und Belastungsprofilen zu erkennen (vgl. Kiel 2012) und angehenden Lehrerinnen und Lehrern werden noch vor der Berufseinstiegsphase erfahrene Lehrkräfte als persönliche Mentoren bzw. Coaches zur Seite gestellt (vgl. Zimmermann 2011). Daneben werden künftige Lehrerinnen und Lehrer mit Handlungskompetenzen „in gesundheitsrelevanten Bereichen in Bezug auf sich selbst und ihre SchülerInnen“ ausgestattet, um eine Brücke zur Schule als „gesundheitsförderndem Setting“ zu schlagen (Dittrich et al. 2013).

Eine seit einigen Jahren wachsende Gruppe von Schulen sind Schulen in freier Trägerschaft. Mit ihren spezifischen weltanschaulichen Perspektiven, pädagogischen Konzepten, Mitbestimmungsregeln, Finanzierungs- und Besoldungsformen bilden diese evtl. eigene ‚psychosoziale Kulturen‘ aus. Diese prägen die Lehrerschaft und werden im Gegenzug von dieser geprägt. In der Forschung ist dieses Feld bisher wenig beleuchtet worden, und in der COPSOQ-Datenbank zur Lehrergesundheit ist die Zahl freier Schulen noch überschaubar. Zwei Gründe sprechen für eine stärkere Beteiligung. Erstens wächst mit der Datenbasis die Belastbarkeit des Vergleichs mit den staatlichen Schulen, und zweitens erhält die einzelne Schule durch den Vergleich mit den anderen freien und staatlichen Schulen ein Bild von sich selbst. Wie wichtig das ist, hat die Untersuchung in Baden-Württemberg belegt: Die Mittelwerte aller Lehrkräfte zeigen die allgemeinen Tendenzen, aber die erfassten Gefährdungssituationen sind für die einzelnen Schulen und die Lehrerinnen und Lehrer individuell.

Dr. Hans-Joachim Lincke ist Soziologe und arbeitet an der Freiburger Forschungsstelle Arbeits- und Sozialmedizin (ffas). Seine Schwerpunkte sind empirische Forschungsmethoden, Arbeit und bürgerschaftliches Engagement sowie die Durchführung von COPSOQ-Befragungen.

Dr. Matthias Nübling ist Soziologe an der Freiburger Forschungsstelle Arbeits- und Sozialmedizin (ffas). Dort ist er Studienleiter von COPSOQ Deutschland. Seine Schwerpunkte

sind empirische Forschungsmethoden, Arbeitsmedizin und Epidemiologie, die Entwicklung der COPSOQ-Referenzdatenbank und die Durchführung von Befragungen.

Martin Vomstein und Ariane Haug sind Mitarbeiter an der Freiburger Forschungsstelle Arbeits- und Sozialmedizin (ffas).

Anmerkungen

¹ Öffentliche Schulen meint hier, in Anlehnung an die bildungsstatistische Terminologie: Alle Schulen, die „von einer Gemeinde, einem Landkreis, einem Regionalverband oder einem Schulverband gemeinsam mit dem Land oder vom Land allein getragen werden“ (Statistisches Landesamt Baden-Württemberg 2013).

Literatur

- Antonovsky, Aaron (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit, Tübingen.
- Badura, Bernhard/Ducki, Antje/Schröder, Helmut/Klose, Joachim/Meyer, Markus (2012): Fehlzeiten-Report 2012. Gesundheit in der flexiblen Arbeitswelt. Chancen nutzen – Risiken minimieren, Berlin/Heidelberg.
- Böhm, Karin/Cordes, Michael (2009): Kosten psychischer Erkrankungen im Vergleich zu anderen Erkrankungen, in: Badura et al. (Hgg.): Fehlzeiten-Report 2009. Arbeit und Psyche. Belastungen reduzieren – Wohlbefinden fördern, Berlin/Heidelberg, 51–60.
- Dittrich, Winand H./Romig, Nicole/Maier, Matthias/Schulz, Alexandra/Bihan, Anne/Uibel, Stefanie/Groneberg, David A. (2013): Gesundheitskompetenz in der LehrerInnenbildung. Ein neuer Ansatz zur Prävention in der Schule, in: Zentralblatt für Arbeitsmedizin 63, 1/2013, 24–32.
- Faber, Ulrich/Jenter, Anne/Nübling, Matthias (2009): Psychische Belastungen im Schulbereich als Aufgabe des Arbeits- und Gesundheitsschutzes, in: Schröder, Lothar/Urban, Hans-Joachim (Hgg.): Gute Arbeit. Handlungsfelder für Betriebe, Politik und Gewerkschaften, Frankfurt am Main, 308–320.
- Hasselhorn, Hans-Martin/Nübling, Matthias (2004): Arbeitsbedingte psychische Erschöpfung bei Erwerbstätigen in Deutschland. Arbeitsmedizin Sozialmedizin Umwelt 39, 568–576.
- Heyse, Helmut (2004): Lehrergesundheit – eine Herausforderung für Schulen und Schuladministrati-

- on, in: Hillert, Andreas/Schmitz, Edgar (Hgg.): Psychosomatische Erkrankungen bei Lehrerinnen und Lehrern, Stuttgart, 223–239.
- Kaempff Stefanie/Krause, Andreas (2004): Gefährdungsbeurteilungen zur Analyse psychischer Belastungen am Arbeitsplatz Schule, in: Bungard Walter/Koop, Barbara/Liebig, Christian (Hgg.): Psychologie und Wirtschaft leben. Aktuelle Themen der Wirtschaftspsychologie in Forschung und Praxis, München, 314–319.
- Kiel, Ewald (2012): Lehrer werden. Von der Attraktivität zur Selektivität, in: Eberhard von Kuenheim Stiftung (Hg): Geeignet für den Lehrerberuf? Repräsentativbefragung der Bevölkerung zum Lehrerberuf im Vergleich zur eigenen Beschäftigung. Zwei Lösungsmodelle für neue Wege in der Lehrerbildung, München, 8–10.
- Meyer, Markus/Weihrach Henriette/Weber, Fabian (2012): Krankheitsbedingte Fehlzeiten in der deutschen Wirtschaft im Jahr 2011, in: Badura, Bernhard/Ducki, Antje/Schröder, Helmut/Klose, Joachim/Meyer, Markus (Hgg.): Fehlzeiten-Report 2012. Gesundheit in der flexiblen Arbeitswelt: Chancen nutzen – Risiken minimieren, Berlin/Heidelberg, 291–468.
- Montgomery, Cameron/Rupp, André (2005): A meta-analysis for exploring the diverse causes and effects of stress in teachers, in: Canadian Journal of Education 28, 3/2005, 458–486.
- Nübling Matthias/Hasselhorn, Hans-Martin (2010): The Copenhagen Psychosocial Questionnaire in Germany. From the validation of the instrument to the formation of a job-specific database of psychosocial factors at work, in: Scandinavian Journal of Public Health 3, 120–124.
- Nübling, Matthias/Wirtz, Markus/Neuner, Ralf/Krause, Andreas (2008): Ermittlung psychischer Belastungen bei Lehrkräften. Entwicklung eines Instruments für die Vollerhebung in Baden-Württemberg, in: Zentralblatt Arbeitsmedizin 58, 312–313.
- Nübling, Matthias/Stößel, Ulrich/Hasselhorn, Hans-Martin/Michaelis, Martina/Hofmann, Friedrich (2005): Methoden zur Erfassung psychischer Belastungen. Erprobung eines Messinstrumentes (COPSOQ), in: Schriftenreihe der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Bremerhaven.
- Rohmert, Walter (1984): Das Belastungs-Beanspruchungs-Konzept, in: Zeitschrift für Arbeitswissenschaft, 4, 193–200.
- Schaarschmidt, Uwe/Kieschke, Ulf (2007): Einführung und Überblick, in: Schaarschmidt, Uwe/Kieschke, Ulf (Hgg.): Gerüstet für den Schulalltag. Psychologische Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer, Weinheim/Basel, 17–43.
- Schaarschmidt, Uwe (2004): Halbtagsjobber? Psychische Gesundheit im Lehrerberuf. Analyse eines veränderungsbedürftigen Zustandes, Weinheim/Basel.
- Schultz, Tanjev (2010): Privilegien, die andere mit Neid erfüllen, in: Süddeutsche Zeitung, 15.05.2010.
- Statistisches Landesamt Baden-Württemberg (2013): Bildung, Kultur – Erläuterungen [www.statistik.baden-wuerttemberg.de/BildungKultur/Erlaeuterungen.asp#Def; Zugriff: 27.02.2013]
- Ulbricht, Arne (2013): Lehrer. Traum Beruf oder Horrorjob? Ein Insiderbericht, Göttingen.
- Vodafone Stiftung Deutschland (2012): Lehre(r) in Zeiten der Bildungs-panik. Eine Studie zum Prestige des Lehrerberufs und zur Situation an den Schulen in Deutschland, Düsseldorf.
- Zimmermann, Linda/Unterbrink, Thomas/Pfeifer, Ruth/Wirsching, Michael/Rose, Uwe/Stößel, Ulrich/Nübling, Matthias/Buhl-Grießhaber, Veronika/Frommhold, Markus/Schaarschmidt, Uwe/Bauer, Joachim (2012): Mental health and patterns of work-related coping behaviour in a German sample of student teachers: a cross-sectional study, in: International Archives of Occupational and Environmental Health 85, 865–876.
- Zimmermann, Linda (2011): Psychische Gesundheit von angehenden Lehrkräften in der zweiten Phase der Lehrerausbildung. Evaluation der Pilotstudie „Gesundheitsprävention durch Coachinggruppen nach dem Freiburger Modell“, Berlin.